

خطر ابتلا به سرطان با مصرف روزانه ۵۰ گرم گوشت

با توقف مصرف گوشت چه اتفاقی در بدن رخ می‌دهد؟



شوند. التهاب مداوم یکی از عوامل اساسی بیماری های خطرناک مانند بیماری قلبی است. NeuGc مولکولی است که در بدن تولید نمی شود، اما در گوشت قرمز وجود دارد. بنابر مطالعه ای که در سال ۲۰۱۵ در مجموعه مقالات آکادمی ملی علوم منتشر شد، هنگامی که گوشت قرمز می خوردید بدن به این مولکول خارجی از طریق ایجاد التهاب و به عنوان واکنشی دفاعی پاسخ می دهد. هنگامی که به طور مرتب گوشت می خورید، بدن این واکنش را حفظ کرده و التهاب باقی می ماند. افزون بر این، بنابر نتایج مطالعه ای که در سال ۲۰۱۳ در نشریه Nature Medicine منتشر شد، گوشت قرمز حاوی ترکیبی به نام آل-کارنیتین است که هنگام تعامل با باکتری های روده گرفتنی عروقی را کلید می زند. اسناد عروقی دلیل شماره یک مرگ و میر مرتبط با بیماری قلبی است به بیان دیگر، رژیم های گیاهخواری عمداً ضد التهاب هستند و به محافظت از قلب کمک می کنند.

از خود در برابر سرطان محافظت می کنید
التهاب دلیل اساسی برای انواع بیماری های بالقوه کشنده است و سرطان یکی از جدی ترین آنها محسوب می شود. گزارش سازمان بهداشت جهانی به دارابودن ویژگی سرطان زایی گوشت قرمز و گوشت فرآوری شده اشاره داشته که با مصرف منظم انواع دیگر گوشت تشدید می شودمطالعات پیش از این نیز پیوندهایی بین مصرف گوشت و خطر افزایش یافته ابتلا به برخی سرطان ها را نشان داده بودند. نتایج مطالعه ای که در سال ۲۰۰۴ در نشریه Environmental and Molecular Mutagenesis منتشر شد، نشان داد که مصرف زیاد گوشت با ابتلا به سرطان کولورکتال مرتبط

است. هنگامی که گوشت پخته می شود یا حتی در دماهای بالا دودی می شود، مواد شیمیایی خاصی آزاد می کند که موجب تغییر در DNA انسان می شوند و آنها را مستعد سرطانی شدن می سازند.اما رژیم گیاهخواری چنین خطراتی را ایجاد نمی کند. مطالعه ای که در سال ۲۰۰۹ در نشریه British Journal of Medicine منتشر شد، نشان داد که گیاهخواران در معرض خطر کمتر ابتلا به سرطان هایی خاص (به عنوان مثال، معده، تخمدان، بیضه) نسبت به گوشتخواران قرار دارند.تغییر از رژیم غیر گیاهخواری به یک رژیم گیاهخواری موجب کاهش ترشح اسیدهای صفراوی و استرول های خنثی می شود و پس از آن خطر ابتلا به سرطان روده بزرگ کاهش می یابد.اسیدهای صفراوی و استرول های خنثی چربی هایی هستند که در مقادیر زیاد از عوامل خطرافزین برای سرطان روده بزرگ محسوب می شوند.

شانس شما برای زندگی طولانی تر افزایش می یابد

خوردن گوشت، به ویژه گوشت قرمز و گوشت های فرآوری شده، می تواند از طول عمر شما بکاهد. یک تجزیه و تحلیل بلند مدت الگوهای رژیم غذایی هزاران نفر از آمریکا را ویا نشان داد که گیاهخواران و آنهایی که گوشت بسیار کمی مصرف می کنند، بیشتر عمر می کنند. از هزاران نفر در مورد مطالعه قرار گرفتند، آنهایی که گوشت قرمز بیشتری مصرف می کردند روزتر و جوان تر جان خود را به واسطه بیماری قلبی و سرطان از دست دادند.

جایگزین کردن گوشت با منابع گیاهی پروتئین مانند محصولات لبنی، حبوبات و مغزهای خوراکی،

و نیتريت هستند که همگی مقاومت به انسولین را به واسطه مهار فعالیت سلول های بتا مسئول تولید انسولین افزایش می دهند.به بیان دیگر، رژیم های غذایی گیاهی مانند مغزهای خوراکی، غلات کلمل، لوبیابها و لبنیات کم چرب خطر ابتلا به دیابت را کاهش می دهند.

فشار خون خود را زیر کنترل در می آورید
بنابر مطالعه ای که در سال ۲۰۱۵ در نشریه Journal of Pulmonary and Respiratory Medicine منتشر شد، گوشت قرمز با فشار خون بالا نیز مرتبط است. هنگامی که باکتری های روده گوشت قرمز را متابولیز می کنند، ترکیبی به نام تری متیل آمین-ان-اسکید آزاد می شود و این ترکیب می تواند به افزایش فشار خون کمک کند.افزون بر این، گوشت قرمز حاوی مقدار بالایی از چربی های اشباع شده است. مصرف منظم چربی های اشباع شده در بلند مدت به اسناد شریان ها منجر می شود که سختی شریان ها را به همراه داشته و اجازه نمی دهد عملکرد درستی داشته باشند. بر همین اساس، آنها باید تلاش بیشتری برای رساندن خون سرشار از اکسین به قلب انجام دهند. این سختی و انسداد بر قالب افزایش فشار خون خود را نشان می دهد.همچنین، گوشت های فرآوری شده، تنها سرشار از چربی های اشباع شده هستند، بلکه حاوی مقادیر مضر از سدیم، یکی دیگر از عوامل افزایش فشار خون هستند.

به بیان دیگر، دنبال کردن یک رژیم غذایی گیاهی با کاهش فشار خون مرتبط است. به یک رژیم غذایی کم یا فاقد گوشت مهاجرت می کنند، با کاهش وزن خود مواجه می شوند زیرا از منابع گیاهی و کم کالری برای تغذیه کلی خود بهره می برند. مطالعه ای که در سال ۲۰۰۷ در نشریه Obesity منتشر شد، نشان داد که یک رژیم غذایی کم‌کالری گیاهی (بدون مصرف گوشت حیوانی و محصولات مرتبط با حیوانات مانند لبنیات) طی یک بازه زمانی یک تا دو سال با کاهش وزن چشمگیر

سوزه های دارای اضافه وزن مرتبط بوده است. رژیم های گیاهخواری و وگان سرشار از غلات کامل، سبزیجات و میوه ها هستند که منابع فوق العاده ای برای فیبر محسوب می شوند. فیبر همواره ارتباط مثبتی با کاهش شاخص توده بدنی (BMI) و وزن داشته است. افزون بر این، غذاهای گیاهی سرشار از مواد مغذی و دارای کالری کم هستند. **از دیابت پیشگیری می کنید یا آن را بهتر مدیریت می کنید**

مقاومت به انسولین شرایطی است که در آن بدن در برابر انسولین، هورمونی که سلوح قند خون را کنترل می کند، مقاوم می شود. این شرایط به دیابت نوع ۲ منجر می شود.نتایج مطالعه ای که در سال ۲۰۱۱ در نشریه Diabetic Medicine منتشر شد، نشان داد که افزایش وزن، به ویژه در قسمت شکم، با ابتلا به دیابت مرتبط است. یک رژیم غذایی گیاهخواری کم کالری وزن شکمی را کنترل می کند و حساسیت انسولین را در بیماران مبتلا به دیابت تنظیم می کند.گوشت قرمز، به ویژه انواع فرآوری شده، حاوی مقادیر بالایی از سدیم، نیترات



این نرم افزار نحوه تماشای تلویزیون را برای همیشه تغییر می دهد

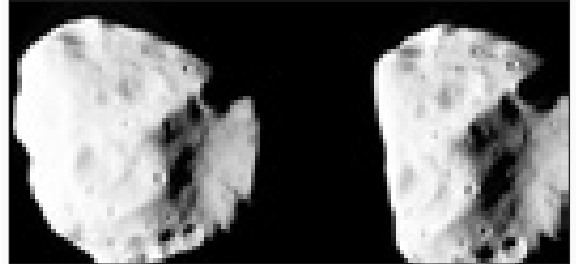
شرکت اپل نرم افزار تازه ای را به نام تلویزیون برای مشاهده برنامه های شبکه های مختلف عرضه کرده است.استفاده از بااعت خواهد شد.تماشای تلویزیون منسوخ شود. تیم کوک مدیر عامل اپل می گوید این برنامه دسترسی به سریال ها و برنامه های محبوب تلویزیونی، برنامه های ورزشی و فیلم های سینمایی را با دسته بندی آنها ممکن خواهد کرد و با توجه به پشتیبانی آن از طیف گسترده ای از شبکه های تلویزیونی، مردم دیگر نیازی به مشاهده تلویزیون در زمان های خاص پخش برنامه های محبوبشان نخواهند داشت. مهم ترین مزیت این برنامه در مقایسه با برنامه های رقیب رایگان بودن آن است. برنامه TV تا قبل از پایان سال ۲۰۱۶ عرضه می شود و تنها با سیستم عامل iOS و تلویزیون های هوشمند مجهز به سیستم عامل TVOS سازگاری دارد. TVOS سیستم عملی است که در دستگاه ستاپ باکس Apple مورد استفاده قرار گرفته است. اپل می گوید امیدوار است کاربران محصولاتش با نصب برنامه یاد شده به روی اپل تی وی، آیفون و آی پد به جای آنکه برنامه های مختلف تلویزیونی را از طریق تماشای آنها در برابر تلویزیون تعقیب کنند، این کار را با گوشی یا تبلت انجام دهند. این نرم افزار از قابلیت های مختلفی برای جستجوی برنامه های مختلف تلویزیونی و انواع فیلم های سینمایی و مسابقات ورزشی برخوردار است و در قوت تجسمی از دهها برنامه گوناگون پخش تلویزیونی محسوب می شود. نمایش صفحات برنامه های گوناگون و خلاصه ای از هر یک از آنها هم در نرم افزار TV پیش بینی شده است. یکی دیگر از امکات جالب این برنامه سازگار با دستیار صوتی سیری اپل است که دریافت فرامین صوتی را توسط آن ممکن می کند. هوشمند بودن سیری موجب می شود که کاربر برای مشاهده مسابقه تلویزیونی محبوب خود تنها نیازمند بیان جملاتی این چنینی باشد: می خواهم مسابقه استنفورد را ببینم یا الان چه مسابقه ورزشی در حال انجام است؟ پس از صدور چنین دستوری نرم افزار TV با سرعت در حال افزایش خود در حال پخش را شناسایی کرده و آن را بر روی گوشی یا تبلت نمایش می دهد.

نرم افزار سیری می تواند علاوه بر شناسایی برنامه های در حال پخش نتایج مسابقات مختلف را به طور آن نمایش دهد. پخش دیگر برنامه ها هم با بیان نام آنها ممکن است. مثلا کاربر با گفتن اخبار سی بی اس را نشان بده می تواند به سرعت خبرهای این شبکه را مشاهده کند.

زمین در محاصره ۱۵ هزار جرم فضایی

اخترشناسان شمار اجرام فضایی نزدیک زمین را در حدود ۱۵ هزار مورد عنوان کرده و می گویند که امکان افزایش این رقم وجود دارد. به نقل از نیوآتلس، برخورد شهب سبکی در سال ۲۰۱۳ به زمین و عبور هر از گاهی دنباله دارها از نزدیکی این سیاره اخترشناسان را بر آن داشته که همواره نگه دقیقی نسبت به این اجرام فضایی داشته باشند.

تیم بیم المللی متشکل از اخترشناسان زنده کاری جز بررسی این موضوع ندارند. آنها در تازه ترین ارزیابی های خود به این نتیجه رسیده اند که این اجرام فضایی که فاصله اندکی با زمین دارند چیزی در حدود ۱۵ هزار مورد هستند. به این دسته از سنگهای فضایی در اصطلاح NEO گفته می شود که همواره ناسا و آژانس فضانوردی اروپا (ناسا) در تلاش هستند تا خطری زمین را با ثبت این اجرام فضایی تهدید کنند. نکته مهم اینجاست که شمار سنگهای فضایی کشف شده در نزدیکی زمین دراز مدت به این چنینی نباشد: می خواهم مسابقه استنفورد را ببینم یا الان چه مسابقه ورزشی در حال انجام است؟ پس از صدور چنین دستوری نرم افزار TV با سرعت در حال افزایش خود در حال حاضر در محاصره ۱۵ هزار نمونه جدید شناسایی شده است و این در حالی است که همین میزان طی چندین دهه کشف شده بودند. کشف سریع و دقیق سنگهای فضایی اطراف زمین با کمک گرفتن از تلسکوپهای قدرتمندی همچون Pan-STARRS در هاوایی و Catalina Sky Survey در آریزونا صورت گرفته است. در افزایش حاکت آن آن دارد که به طور متوسط هر هفته ۳۰ مورد جرم فضایی نزدیک به زمین شناسایی می شود.



بشر برای نابودی پشه های عامل بیماریهای خطرناک رقم خورده باشند این پشه ها سایر پشه های ناقل زیکا، تب زرد یا دنگو را نابود کرد تا از گسترش کلنی آنها جلوگیری شود.

پشه های تولید شده در این تأسیسات با پشه های ماده ناقل بیماری جفت گیری کرده که در نتیجه آن پشه های دارای نواقص ژنتیکی تولید می شود که در نهایت بدون آنکه تأثیری در انتقال بیماری داشته باشند نابودی می شوند.

توصیه ها و هشدارها

۹علامت ازدیاد سموم در بدن

شاید به نظر تان عجیب بیاید، اما زمانی که بدن ما از توکسین یا سموم زیاد در عذاب باشد سعی می کند خود را پاکسازی کند و پیام های متعددی می فرستند تا شما نیز به آن کمک کنید. خوشبختانه تغذیه سالم و در پیش گرفتن سبک زندگی سالم به کاهش میزان توکسین های بدن کمک می کند. در این مطلب قصد داریم عللami را که بدن به دلیل زیاد شدن توکسین ها بروز می دهد بررسی کنیم.

چه اتفاقی می افتد؟

پیرامون ما پر از ذرات مختلف است که از طریق هوا، آب، مواد غذایی و منابع دیگر وارد بدن مان می شوند. با وجود اینکه بدن ما مجهز به ارگان هایی است که وظیفه دفع میزان زیادی از این سموم را بر عهده دارند، اما آگه پیش می آید که حتی این ارگان هانیز اشباع می شوند و نمی توانند به خوبی از عهده این مسئولیت بر بیایند. در نتیجه بدن از این سموم دفع نشده اینشته می شود و واکنش های جسمی و روحی بروز می دهد. با وجود اینکه گاهی نمی توان به این سادگی به از دیام سموم در بدن واقف شد، اما می توان با دقت کردن به برخی علائم، زبان بدن را بهتر فهمید.

انباشتگی سموم: خستگی دائمی

زمانی که بدن به طور مداوم و بیش از توان خود کار می کند تا توکسین ها یا همان سموم اینباشته شده در بدن را دفع کند، طبیعی است که بیش از اندازه نیز احساس خستگی کند. این احساس خستگی حتی با خوابیدن خوب نیز از بین نمی رود. توجه داشته باشید که خستگی، مشکل در تمرکز و نیاز مداوم به خوابیدن در ساعات غیرعادی می تواند نشان دهنده این باشند که بدن تان نیاز به کمک شما در جهت دفع سموم دارد.

انباشتگی سموم: اضافه وزن مداوم

کاهش وزن همیشه کار چندان ساده ای نیست و نیاز به تلاش مداوم و رژیم غذایی و ورزش دارد. اگر به طور مداوم ورزش می کنید و تغذیه مناسبی دارید، اما باز هم وزن اضافه می کنید احتمالاً دچار یک مشکل هورمونی شده اید. این شرایط می تواند ناشی از ازدیاد توکسین و سمومی باشد که از طریق مواد غذایی وارد بدن شده اند.

انباشتگی سموم: بیوست

روده ها نقش موثری در فرآیند دفع توکسین ها از بدن دارند. بروز مشکل در دفع مدفوع و ایجاد بیوست می تواند ناشی از حبس شدن سموم زیادی در بدن باشد. این مسئله می تواند باعث ایجاد دل درد، التهاب و مشکل در جذب مواد مغذی موجود در مواد غذایی شود.

انباشتگی سموم: مشکلات پوستی

پوست یک ارگان گسترده و همچنین اینه سلامت بدن است. در واقع زمانی که سموم زیادی در خون و بافت های بدن اینباشته شده باشند، پوست به خوبی آن را انعکاس می دهد. در این صورت آکنه، ضایعات پوستی و واکنش های آلرژیک بیان می کنند که بدن میزان سموم زیادی شده است. علاوه بر این وجود گودی و سیاهی زیر چشم ها، آگزما و همچنین پسوریازیس نیز از جمله علائم انباشتگی سموم در بدن محسوب می شوند.

انباشتگی سموم: حرارت زیاد بدن

حرارت و گرمای زیادی بدن می تواند یکی از علائم انباشتگی ترکبیات سمی در بدن باشد که کبد را وادار به کار بیش از اندازه می کند. این مسئله باعث افزایش تعریق می شود، چون بدن به دنبال راهی برای افزایش دفع توکسین ها از طریق پوست می گردد. بنابر این بدن زیادی عرق می کند.

انباشتگی سموم: سردرد های مداوم

اگر با وجود رعایت بهداشت دهان و دندان همچنان نفس تان بد بو است، احتمالاً از مشکلات گوارشی و تجمع سموم در کبد رنج می برید
سمومی که در خون تجمع پیدا می کنند، تأثیر مستقیمی روی سیستم عصبی دارند و واکنش های منفی مانند سردرد مداوم مصرف می کنند یا بافت های عصبی نسبت به مواد راید بسیار حساس هستند. بنابراین جای تعجبی نیست که چنین دردهایی بروز کنند.

انباشتگی سموم: تجمع چربی های شکمی

سم زدایی به کاهش وزن کمک می کند، چون اکل تر ترکیبات زایدی که باعث انباشتگی چربی ها به دور شکم می شوند را از بدن دفع می کند. توکسین ها روی سطح قند و کلسترول خون تأثیر می گذارند این مسئله نیز باعث افزایش چربی دور شکمی می شود.

انباشتگی سموم:بوی بدن دهان

هالیتوز یا بوی بدی دهان یکی از مشکلات آزاردهنده برای خود فرد و دیگران است. اگر با وجود رعایت بهداشت دهان و دندان همچنان نفس تان بد بو است، احتمالاً از مشکلات گوارشی و تجمع سموم در کبد رنج می برید. سموم اینباشته شده در بدن، محیط دستگاه گوارشی را با مشکل مواجه کرده و روند رکتد باکتری در دهان، دندان ها و لثه ها را سرعت می دهد. از طرف دیگر با افزایش سم در خون، روی زنان از لایه ای زرد مانند پوشیده می شود که بوی بدی ایجاد می کند.

انباشتگی سموم:سنگ کیسه صفرا

سنگ کیسه صفرا می تواند در نتیجه تجمع ترکبیات اضافی در صفرا باشد. کبد برای سم زدایی از بدن بشروع به تولید صفرای غلیظ تری در کیسه صفرا می کند. این مسئله نیز باعث افزایش روند سنگ سازی می شود.

چه باید کرد؟

اگر تصور می کنید این علائم در شما وجود دارد، در گام اول به فکر تغذیه سالم باشید. قبل از هر کاری مواد غذایی صنعتی را از رژیم غذایی تان حذف کنید و مصرف آب، میوه ها و سبزیجات تازه را افزایش دهید. برای رسیدن به نتیجه بهتر، یک رژیم سم زدایی مناسب را دنبال کنید. یا اینکه به سراغ نوشیدنی های سالم باز بروید.

درمانی جدید برای چاقی: شاه توت بخورید

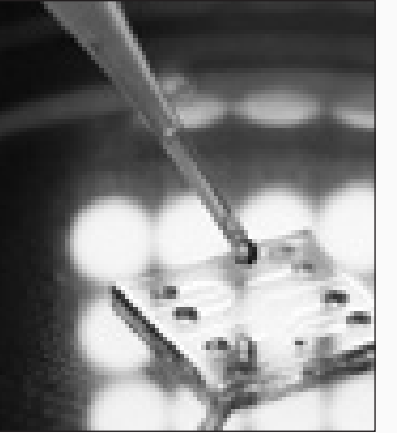
این میوه شیرین سرشار از فواید فوق العاده برای سلامت است: کاهش کلسترول، افزایش سطح قند خون و پایین آوردن خطر ابتلا به سرطان از جمله این آثار هستند که حالا در کنار قایده دیگری که برای درمان چاقی از طرف دانشمندان چینی پیشنهاد شده است شاه توت را به میوه ای مهم و محبوب تبدیل کرده است.به گزارش سلامت نیوز: «مطالعه جدید سازمان جلورشناسی چین به این نتیجه رسیده است که شاید شاه توت بتواند کلید درمان چاقی باشد. وجود ماده ای به نام راتین در این میوه منجر به فغال شدن چربی قهوه ای، افزایش سوخت و ساز و کمک به کاهش وزن می شود. چاقی در حال حاضر به یک مسئله گران قدر سلامت در جهان و به ویژه ایالات متحده تبدیل شده است.به طوری که در سال ۲۰۱۳ فرد بالغ یک نفر و از ۶ درصد و نوجوان یک نفر با مشکل چاقی و خطر ابتلا به دیابت نوع دوم، قرار خورن بالا، بیماری قلبی، سکنه مغزی و انواع سرطان روبرو است. با اینکه رژیم های غذایی مناسب و فعالیت جسمی راهکارهای اولیه برای درمان چاقی هستند اما برای بعضی از افراد نیاز به روش های درمانی دیگر هم احساس می شود.در این مطالعه راتین (به اندازه ۱۰ میلیگرم در میلی لیتر) به آب آشامیدنی دو گروه از موش ها اضافه شد. یک گروه به لحاظ ژنتیکی چاق بودند و گروه دیگر با رژیم غذایی آزمایشگاهی چاق شده بودند.افزون روتین به غذای هر دو گروه نشان داد که چربی اینها فعال می شود، انرژی بیشتری از دست می دهند و ورزشان پایین می آید. به گفته محققان، شاه توت با داشتن این ماده هوائی سرد عمل می کند که منجر به سوزاندن انرژی و تولید حرارت می شود. همچنین راتین می تواند به تشکیل سلول های چربی قهوه ای مانند در زیر پوست کمک کند.محققان این پژوهش بر این عقیده هستند که راتین می تواند یک روبرکرد درمانی جدید به چاقی و دیگر بیماری های مرتبط با اضافه وزن ارائه کند.

یک متخصص بیماری های داخلی :

این بیماری ها لرزه بر اندامتان می اندازد

یک متخصص بیماری های داخلی گفت شاید برای شما هم اتفاق افتاده حتی در هوای گرم هم دچار لرز و سرما شده باشید، باید توجه کنید این حالت می تواند نشانه ای از بیماری داخلی در بدن باشد.

ایرج خسرونیا درباره علت ایجاد لرز در بدن افراد اظهار داشت:لرز نوع در بدن که در حالت عادی و بدون وجود سرما رخ می دهد، می تواند حاکی از یک نوع بیماری داخلی باشد که باید برای درمان آن اقدام کردوی افزود: در اثر بیماری های داخلی که در آن فرد دچار احساس لرز می کنند، انرژی بدن فرد کاسته و خون رسانی به اعضای بدن کم می شود که فرد احساس سرما می کند.این متخصص بیماری های داخلی با اشاره به انواع بیماری هایی که باعث ایجاد لرز در بدن می شوند، گفت:مهم ترین بیماری هایی که سبب ایجاد لرز بدن و احساس سرما در ناحیه ی دست و پا می شوند، شامل کم کاری تیروئید، کم خونی، اسهاد عروق، کاهش غده خون، کم کاری غده قند کلیه و دیابت و نیز فشار خون پایین هستندوی در خصوص درمان بیماری هایی که سبب ایجاد لرز و احساس سرما در بدن فرد می شوند، تصریح کرد:افرادی که به این مشکل دچارند باید با مراجعه به پزشک متخصص و انجام آزمایش های دقیق به بررسی نوع بیماری خود پرداخته و با توجه به نتایج آزمایش، درمان مخصوص به بیماری را پیگیری کنند.خسرونیا درباره نقش تغذیه در درمان این بیماری گفت: در افرادی که دچار کم خونی و سوء تغذیه می باشند به سبب آن احساس سرما می کنند، می توان با رژیم غذایی صحیح، این مشکل را برطرف کرد.



پژوهشگران دانشگاه تهران، نسل دهم سنسورهای تشخیص سرطان را تولید کردند که با انجام تست‌هایی بر روی ۱۰ بیمار توانستند سلول‌های متاستاتیک سرطانی را از سلول‌های عادی سرطانی تشخیص دهند.

محمدسعید نیک شعار از محققان این طرح در گفت‌وگو با ایسنا، زمینه فعالیت این تیم تحقیقاتی را سنسورهای تشخیص سرطان دانست و گفت: بر این اساس تاکنون نسل‌های مختلفی از این نوع سنسور را ارائه کرده‌یم.

وی از عرضه دهمین نسل از سنسورهای تشخیص و شناسایی سلول‌های سرطانی خبر داد و یادآور شد: قیمت سنسورهای تولید شده توانایی تشخیص سلول‌های سرطانی از سلول‌های عادی را دارند.

دانشمنان با استفاده از میلیونها پشه پرورش یافته

در کار خنجات تحقیقاتی گاهی بلند به سوی نابودی

حشرات ناقل بیماریهای مختلف بر داشته‌اند.

به نقل از کیزمودو، بیماری‌های خطرناکی همچون

زیکا، تب زرد یا دنگو توسط پشه هایی منتقل می شوند که دانشمندان از چند دهه پیش برای این پشه ها برای نابودی آنها در تلاش بوده اند و به دستاورد چشمگیری نایل نشده‌اند.

اکنون یک شرکت فعال در زمینه فناوری‌های زیستی

1000

نۆتىرىنو